

Informace k LVVZ Janské Lázně 2021



- **Termín: 17. 1. - 22. 1. 2020 (neděle až pátek)**
- **Náplň kurzu:** kurz bude zaměřen na **praktickou výuku sjezdového lyžování** v lyžařském středisku SKIAREAL Svoboda nad Úpou - Duncan + **teorii lyžování**
- **Instruktoři lyžování:** Bc. L. Vorlíček, Mgr. J. Bašus
- **Vedoucí zájezdu: Mgr. Radmila Musilová**
- **Ubytování, kontakt:**
- Janské Lázně - Duncan Lesní ulice 210 vedoucí Ivo Boleslavský
Janské Lázně, tel.: 497 770 650
okres Trutnov mobil: 603 202 933
e-mail: janskelazne@ddmpraha.cz
- **Odjezd a příjezd:** sraz před školou v 8.00 hodin, odjezd v 8.30 hod busem, návrat (kolem 15. 00hod) k budově školy.
- **Cena kurzu: 2600,- Kč** (ubytování, plná penze + pitný režim, doprava).
- S sebou cca **2000,- Kč na vlek** + peníze na drobné občerstvení.
- Při odhlášení se z výcvikového kurzu bude vrácena částka po odečtení stornovacích poplatků ve výši 30% z celkové ceny kurzu.
- **!koná se za každého počasí (i bez sněhu)!, podle aktuální epidemiologické situace**

Důležité:

- **před odjezdem** bude vybíráno:
 - **Potvrzení o zdravotní způsobilosti**
 - **Potvrzení o seřízení lyží**
- **při odjezdu** bude vybírána:
 - **bezinfekčnost**
 - **kartička zdravotní pojišťovny (stačí kopie).**

! Bez těchto potvrzení nebude účastníkovi povolena možnost se zúčastnit kurzu!

Seznam věcí s sebou:

- ✓ sjezdové lyže (s odborně seřízeným vázáním), hůlky a sjezdové boty
 - ✓ **2 x lyžařské oblečení (sjezdové kalhoty, lyžařská bunda)**
 - ✓ lyžařská helma
 - ✓ lyžařské brýle
 - ✓ **2x silnější rukavice**
 - ✓ **2x teplá čepice**
 - ✓ odolné boty do sněhu
 - ✓ oblečení na ubytování + přezůvky
 - ✓ hygienické potřeby + 2x ručník (krém proti slunci)
 - ✓ nezbytné léky
 - ✓ oblíbenou knihu, hudbu, blok na poznámky, psací potřeby, karty, společenské hry apod.
 - ✓ kartičku zdravotní pojišťovny! !! + rozpis podávání léků (v případě potřeby)
 - ✓ peníze na lyžařskou permanentku (cca 2000,- Kč)
 - ✓ atd. dle vlastního uvážení a zkušeností s pobytem na horách
- Dražší elektronika (tablety, MP3, mobily apod.) na vlastní nebezpečí ztráty a poškození.**